



№ 33/2015 • 8 августа • Издательский дом «Бурда»

Все краски жизни для тебя!

Лиза®

ЛЕГЕНДА

**НЕИСТОВАЯ
ФРИДА**

Любовь и трагедии
великой художницы с. 6



**Завтрак
НА ДАЧЕ**

**ЛЕТНИЕ ОМЛЕТЫ
ПИРОГИ
С ВИШНЕЙ** с. 24



ЗДОРОВЬЕ

БЕЗ ПАНИКИ!

**НАУЧИСЬ ОКАЗЫВАТЬ
ПЕРВУЮ ПОМОЩЬ** с. 20

ОТВЕЧАЕТ ЮРИСТ

**КАК ЗАЩИТИТЬ
ПРАВА** В СПОРНОЙ
СИТУАЦИИ с. 32



МОДА

**Белый
танец** с. 10

**РАЦИОН
ВСЕ**

по 200!

Удобная таблица
калорийности с. 22



Приятно
ВСПОМНИТЬ

От редакции НИКАКИХ МАГНИТОВ! ТОЛЬКО
ПОЛЕЗНЫЕ СУВЕНИРЫ ИЗ ПОЕЗДОВ с. 44

Мастер-класс ВМЕСТЕ С РЕБЕНКОМ
ДЕЛАЕМ ОТПУСКНОЙ АЛЬБОМ с. 36

Дорогая читательница!

Не удивляйся, что посреди лета я стою в редакции в теплой накидке. Специально демонстрирую тебе привезенную из поездки в Таллин сказочно удобную и стильную вещь из тонкого трикотажа. Палантин, шарф-трансформер, накидка – штука универсальная, подходит к любой одежде, в Таллине продается на рынке в самых разных вариантах и цветовых решениях. Все это я вот к чему: обычно после отпуска в доме появляется много новых нужных, а порой абсолютно бесполезных сувениров. Мы с коллегами решили поделиться с тобой своими находками из путешествий по разным странам, но выбрали только самые любимые и полезные (с. 44). А что ты любишь привозить из отпуска?

Пиши мне: glavred-lisa@burda.ru.



ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
ЖУРНАЛА «ЛИЗА»
Наталья ФИЛАТОВА

ВСЕГДА НА СВЯЗИ

ТОЛЬКО ЧАС ДЛЯ ОТДЫХА

«Последние две недели мы бо-ремся за жизнь нашей младшей кошки Маси. Тяжело... Первые дни сами делали уколы через каждые два часа, даже ночью. Сейчас уколы позади, но кормить нужно каждые 4 часа понемногу. Киса до этого была небольшой, а тут похудела до невозможности. Столько хлопот...

В августе нас ждет переезд на новую квартиру. Но от недосыпа я даже радости не чувствую. Я так и не съездила на море, хотя мои там уже два раза отметились. Мне некогда, я же мама...

А у мамы – куча обязанностей и мало окошек в расписании. И если бы не «Лиза», у меня бы не было часового отдыха на кровати в понедельник вечером. А это для меня ой как важно!»

Инна Большанина, по e-mail



Приз за письмо!

Керамическая форма для запекания Emile Henry замечательно распределяет тепло. Пирог пропекутся!

УВЛЕКЛАСЬ ГОРОСКОПАМИ

«Купила свежий номер журнала, который прочитала с огромным удовольствием. Обратила внимание и на гороскоп – хотя делаю это редко, так как к гороскопам отношусь равнодушно...

Но в этот раз поразились, насколько точно в нем было описано, как сейчас проходит моя неделя! Теперь я буду чаще заглядывать в свой гороскоп».

Зоя Сергеева, г. Петрозаводск

АКТУАЛЬНО

- 4** **Новости.** Медовый Спас
- 6** **Легенда.** Неистовая Фрида
- 8** **Интервью.** Ирина Муромцева: «Работа на первом месте»

МОДА&КРАСОТА

- 10** **Стиль.** Белый танец
- 12** **Новости.** Высокий полет
- 14** **Уход.** Сразить взглядом
- 16** **Мастер-класс.** Меткие стрелки. Учись стильно подводить глаза

ЗДОРОВЬЕ&ВЕЛНЕС

- 18** **Важная тема.** Женский вопрос
- 20** **Профилактика.** Пока едет «скорая»
- 22** **Рацион.** Считай и властвуй! Таблица калорий

КУХНЯ&ДОМ

- 24** **Вкусно и просто.** Омлеты на лето
- 26** **На сладкое.** Пирог с вишней
- 28** **Готовим вместе.** Капкейки с клубникой
- 29** **Грибной сезон.** Лапша, жаркое, гуляш, пирожки
- 32** **Вопрос – ответ.** Защити свои права
- 34** **Порядок в доме.** Люстры, торшеры и бра
- 36** **Мастер-класс.** Отпускной альбом

ПСИХОЛОГИЯ&СЕМЬЯ

- 38** **Реальная история.** Как это будет по-гречески?
- 40** **Отношения.** Муж не любит моих подруг
- 42** **Новости.** Для школьников и родителей

ВПЕЧАТЛЕНИЯ

- 31** **Сканворд** и анекдоты
- 44** **Личный опыт.** Надо брать! Только нужные и полезные сувениры
- 46** **За рубежом.** С Барселоной на «ты»
- 47** **Мозаика**
- 48** **Конкурс**
- 49** **Судуку**
- 50** **Гороскоп**



ЧИТАЙТЕ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ



ЛОСОСИНА
Четыре оригинальных рецепта на любой вкус



ИНТЕРВЬЮ
Непредсказуемая и прекрасная Ольга Шелест



ИТАЛИЯ
Фестивали в Сиене, Флоренции и Пизе



26

ВИШНЕВЫЕ ПИРОГИ:
классические рецепты для дачного чаепития

14
АВГУСТА

Медовый Спас



АРОМАТНЫЙ, СЛАДКИЙ, ТЯГУЧИЙ МЕД... 14 АВГУСТА ОТМЕЧАЕМ САМЫЙ СЛАДКИЙ СПАС ИЗ ВСЕХ – МЕДОВЫЙ. В ЭТОТ ДЕНЬ МЕД НОВОГО УРОЖАЯ ПРИНОСЯТ В ЦЕРКОВЬ ДЛЯ ОСВЯЩЕНИЯ, А ЗАТЕМ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРОБУЮТ. ВКУСНО, ПРАВДА?



19 АВГУСТА

Яблочный Спас. Собрав свежие плоды у себя в саду, угости знакомых – это хорошая примета!



29 АВГУСТА

Третий Спас называют Хлебным или Ореховым. Время собирать орехи и печь хлеб из свежей муки.

ГДЕ ОТМЕТИТЬ ПРАЗДНИК?

НАПРИМЕР,
В РОСТОВЕ ВЕЛИКОМ: НА ТЕРРИТОРИИ КРЕМЛЯ 14 АВГУСТА ОРГАНИЗУЮТ ЯРМАРКУ МЕДА, ВЕСЕЛЫЕ ГУЛЯНЬЯ. МОЖНО БУДЕТ ПОСЛУШАТЬ И ЗНАМЕНИТЫЕ КОЛОКОЛА РОСТОВСКОЙ ЗВОННИЦЫ.

Фото: Legion-Media (с); PR-службы Первого музыкального издательства, «Иностранка»

Новинки



Я ИСПОВЕДУЮСЬ
История музыканта, загадки старинной скрипки, мистика прошлого – в романе-откровении каталонца Ж. Кабре.



ПРОГУЛКА ПО МОСКВЕ
Новый альбом Валерия Сюткина и проекта Light Jazz – «Москвич 2015» уже в iTunes. Трек-лист составили любимые песни о столице: «Добрый вечер», «Я шагаю по Москве» и другие.

1 500 000 ЦВЕТОВ УКРАШАЮТ

13 500
прекрасных
сортовых роз



15 000
бордюрных
кустарников





Фонды «Линия жизни» и «Дорога вместе» организуют благотворительный «Забег 5275». Он пройдет 4 октября в столичном парке Победы. Ведущие – Ирена Понарошку и Александр Анатольевич. Хочешь участвовать? До 30 сентября

зарегистрируйся на сайте www.5275.ru. Для взрослых открыты дистанции 5275 и 10 550 м, для детей (от 7 до 13 лет) – 1000 м. Призы ждут самых быстрых участников и тех, кто придет в оригинальных костюмах! Все собранные средства пойдут на благотворительность.



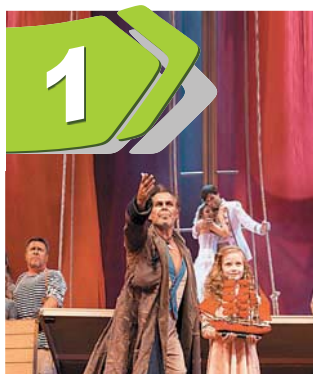
СПОЙ, НЕ СТЕСНЯЙСЯ!
Телеканал СТС ищет таланты для музыкального шоу. По итогам всероссийского кастинга будет отобрано 40 дуэтов детей и родителей. Подать заявку можно здесь: muz.ctc.ru.

ВДНХ ЭТИМ ЛЕТОМ

более
1 000 000
однолетних
цветов

250 000
луковичных
растений

» СОБЫТИЯ НЕДЕЛИ «



МЮЗИКЛ 8 августа

Романтическая история юной Ассоль никого не оставляет равнодушным, а чудесные мелодии Максима Дунаевского запоминаются надолго. Теперь популярный мюзикл «Алые паруса» увидят жители и гости Сочи: показы идут до 30 августа в Зимнем театре.



КИНОПРЕМЬЕРА 13 августа

Юный попугай Куко восхищается крутым телегероем Эль-Американо. И когда его семья сталкивается с проблемами, он решает, что только Эль-Американо сумеет помочь. Приключения птиц – в анимационном фильме «Пернатая банда».



КОНЦЕРТ 14 августа

Легендарный музыкант Дживан Гаспарян, который познакомил весь мир с армянским дудуком, даст единственный концерт в столице (в Зеленом театре ВДНХ). Также выступят этнопроект «Волга» и инструментальный дуэт Two Siberians.



ФЕСТИВАЛЬ 8,9 и 13–16 августа

В Судакской крепости (Крым) завершается Международный рыцарский фестиваль «Генуэзский шлем». Гостей ждут театрализованные шоу, рыцарские турниры. Работает ярмарка «Город мастеров». Подробности – на сайте www.festival-sudak.com.

ЖЕНЩИНЫ, КОТОРЫЕ ПОТЯСАЛИ МИР

Фрида Кало

6 июля 1907 – 13 июля 1954

НЕИСТОВАЯ ФРИДА



Если вдруг тебе захочется пожаловаться на судьбу, почитай биографию Фриды Кало, а лучше – открой для себя ее картины

Старуха с косою присмотрела эту девочку еще в детстве и с тех пор упорно посылала ей испытания. Но Фрида лишь сквернословила и смеялась в ответ на трагические обстоятельства. Смеялась и писала картины. Смеялась и любила до иступления. Ее картины уже больше полувека вызывают восторг и поклонение. А история ее любви и страсти вдохновляет писателей, кинематографистов, музыкантов.

Отцовская любимица, 6-летняя Фрида заболела полиомиелитом. Девочку спасли, и она осталась

хромой. Длинные юбки и бешеное обаяние стали для Фриды отличной защитой. А в 18 лет ее ждала новая трагедия. Девушка попала в аварию: ее автобус врезался в трамвай. Железный прут пронзил позвоночник Фриды. Более 30 операций, больше года прикована к постели, потеря способности рожать, инвалид на всю жизнь – вот чем стала для Фриды авария. И в этом аду, между операциями, она стала писать те самые картины, которые прославили ее на весь мир. Но сначала она решила показать их Ривере. Так началась ее вторая, по ее признанию, «авария».

С Диего Риверой, знаменитым мексиканским художником, ловеласом, скандалистом и «принцем-жабой» (так его дразнили за внешность) Фрида познакомилась, когда ей было 15. Она тогда уже немного рисовала. Про Ривера заявила, что станет ког-

да-нибудь его женой. Ни 21 год разницы, ни его репутация, ни его уродства ее не остановили. И в 1929 году они поженились. Это был брак-бита, брак-творчество. Они писали картины, изменяли-ревновали, расходились-сходились, унижали и боготворили друг друга. Впрочем, Диего по части жестоких игр лидировал. В последние годы, когда к Фриде вернулась боль, и новые операции заслонили ее жизнь, он – уже в больнице – вымаливал прощение. Но Фрида и так любила его одного.

На первую выставку в Мексике Фрида ехала на «скорой», с только что ампутированной ногой, и снова смеялась. А за неделю до смерти написала картину «Да здравствует жизнь!»

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ О ДРУГИХ ЖЕНЩИНАХ-ЛЕГЕНДАХ НА СТРАНИЦЕ ЖУРНАЛА «ЛИЗА» в соцсетях: www.facebook.com/Zhurnalliza

Штрихи к портрету



Только в картинах и дневнике она могла быть откровенна

- **Знаменитый фильм «Фрида», 2002**, с Сэльмой Хайек, получил несколько номинаций на «Оскар» и 4 статуэтки.
- **В ее честь назван астероид**, ее портрет и картина есть на мексиканской банкноте 2010 года, а в США в 2001 году впервые выпустили марку с портретом мексикан-

ской женщины. Это была Фрида Кало.

- **Она изменила дату рождения**, уменьшив возраст на 3 года. Хотела быть ровесницей мексиканской революции. Они с Ривера были коммунистами и дали приют Троцкому в изгнании.
- **Посмотреть картины Фриды Кало в сети:**

www.museofridakahlo.org.mx/; www.google.com/culturalinstitute/collection/museo-dolores-olmedo; <http://gallerix.ru/album/Frida-Kahlo>.
Одну из ее картин приобрел Лувр, многие находятся в частных коллекциях, а еще в Мексике: в Музее Фриды Кало и Музее Долорес Олмедо.



Фото: Burda Media